
In diesem Büchlein finden Sie Kartoffelspeisen wie noch nie!
Die Kartoffel trägt unsere Ernährung
Rezeptdienst
egeben vom Reichsausschuß für Volkswir aftliche Aufklärung,

In guten wie in bösen Tagen
Bin ich Dir immer treu geblieben.
Nun lies, was Freunde von mir sagen
Und was sie über mich geschrieben.

Die Kartoffel ist im wahren Sinne des Wortes Trägerin unserer Ernährung und zwar

1. weil sie uns von der Flächeneinheit größte Erträge an Nährstoffmengen liefert,
2. weil sie in jedem Haushalt eine überaus vielseitige Verwendungsmöglichkeit für den täglichen Küchenzettel bietet,
3. weil sie reich an Kohlehydraten, Mineralstoffen und — von der Masse des täglichen Verbrauchs aus gesehen — auch ein wertvoller Eiweißlieferant ist.

Gegenüber der Vorkriegszeit ist der Verbrauch um rund 13% zurückgegangen. Das liegt wohl in der Hauptsache daran, weil man mehr und mehr zum Butterbrot griff. Es ist daher notwendig, die Kartoffel besonders für das „warme Abendessen" mehr als bisher einzuschalten.

Eine abwechslungsreiche Kost und nicht zuletzt eine erfreuliche Entlastung des Wirtschaftsgeldes wird der Kartoffel sicher neue Freunde gewinnen und sie zum Hauptträger unserer Mittag- und Abendmahlzeiten werden lassen.



Eine Rekordernte will verzehrt werden.

Suppen

Kartoffelsuppe mit Milch

3/4 Liter Wasser, 1/2 kg Kartoffeln geschält und in kleine Stücke geschnitten, Suppengemüse, 1/4 Liter Milch, gehackte Petersilie, Salz, 20 g Speck, 1 große Zwiebel, 1 Eßlöffel Mehl.

Die Kartoffeln werden mit dem Suppengemüse in dem Wasser gar gekocht, durch ein Sieb gestrichen und mit der Milch nochmals zum Kochen aufgesetzt, mit Mehl angedickt (damit sich die Kartoffeln nicht absetzen), mit Salz und Petersilie abgeschmeckt. Obenauf gibt man die in Speck geröstete Zwiebel.

Kartoffelsuppe aus rohen Kartoffeln

In 1 Liter kochende Brühe oder Gemüsebrühe reibt man 250—500g rohe Kartoffeln, rührt gut um und läßt das Ganze 5 Minuten kochen, schmeckt mit Salz ab und streut gehackte Petersilie darauf.

Einlagen für Gemüse oder Brühsuppen

Kartoffelbällchen

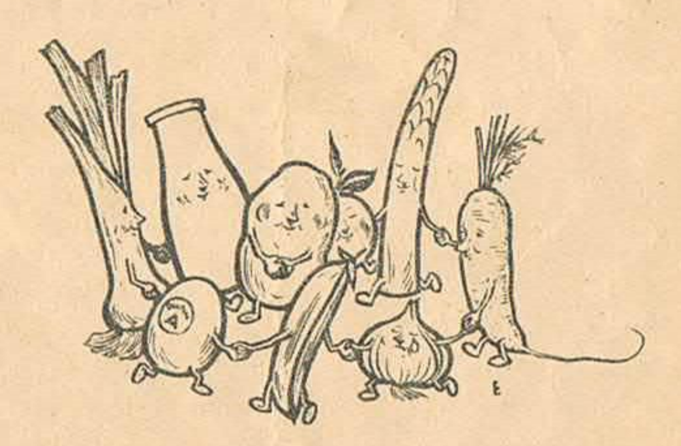
250 g gekochte und geriebene Kartoffeln, 50 g Fett, 1 Löffel Mehl, 1 großes Ei, Salz evtl. geriebener Käse oder Muskat

Aus den Zutaten stellt man einen geschmeidigen Teig her, formt kleine Bällchen daraus, läßt sie in siedendem Salzwasser gar werden (Probekloß machen) und gibt sie in die Gemüse- oder Brühsuppe.

Grüne Kartoffelklößchen

375 g gekochte geriebene Kartoffeln, 60 g Fett, 125 g Mehl, 2 Eier, Salz, gehackte Petersilie.

Alle Zutaten zu einem glatten Teig verarbeiten (einen Probekloß machen) mit 2 Teelöffeln Klöße in siedendes Salzwasser abstechen, 5—10 Minuten darin ziehen lassen und in die Suppe geben. Man kann die Klößchen auch gleich in der Suppe gar machen.



Freunde um die Kartoffel.

Kartoffelgerichte als Beigabe zu Gemüse und Fleischgerichten.

Kartoffeln in der Schale überbacken

Möglichst kleine, gesunde, rohe Kartoffeln werden gründlich gereinigt (evtl. mit einer Bürste) und halbiert. Die Schnittflächen bestreut man leicht mit Salz und Kümmel, legt die Kartoffeln mit der Schale nach oben auf ein gut gefettetes Blech und läßt sie im Ofen in ca. ½ Stunde gar werden. Bei dünnschaligen Kartoffeln ißt man die Schale mit.

Kartoffelschnee

Die gedämpften Salzkartoffeln werden, wenn sie gar sind, ein paarmal tüchtig geschüttelt, damit die Feuchtigkeit entweichen kann und sehr schnell durch eine Kartoffelquetsche in die Schüssel, in der sie zu Tisch kommen sollen, gequetscht. Nicht drücken oder rühren, da der Kartoffelschnee recht locker sein soll.

Kartoffelgnocchi

½ kg gekochte, geriebene Kartoffeln, 125 g Mehl, 1—2 Eier, 100 g geriebenen Käse, Salz.



Küchengeheimnisse.

Aus allen Zutaten einen glatten Teig herstellen, kleine Kugeln formen und in siedendem Salzwasser gar machen. Die fertigen Gnocchi werden bergartig auf eine feuerfeste, ausgefettete Schüssel gelegt, lagenweise mit geriebenem Käse bestreut, obenauf Butterflöckchen gelegt und in heißem Ofen ½—¾ Stunde überbacken.

Kartoffelrand

¾—1 kg gekochte Salzkartoffeln, 100 g Fett, 2 Eier (das Weiße zu Schnee), Salz, Muskat oder geriebener Käse.

Die Salzkartoffeln werden gar gekocht, abgegossen und durch ein Sieb oder eine Quetsche gedrückt. Das Fett rührt man zu Sahne, gibt Eigelb dazu und nach und nach die warmen Kartoffeln, zieht zum Schluß den Eischnee unter und schmeckt mit Salz, Muskat oder geriebenem Käse ab. Eine Reisrandform wird gut ausgefettet, mit Semmelmehl ausgestreut und der fertige Teig hineingetan (fest eindrücken). Der Rand wird ca. ¾—1 Stunde im Ofen gebacken. Gestürzt gibt man ihn mit Gemüse gefüllt zu Tisch. Den Kartoffelrand kann man noch verfeinern, indem man abwechselnd Fleischreste oder Schinkenstückchen mit Kartoffelteig in die Form füllt.

Kartoffelringe überbacken

½ kg gekochte, geriebene Kartoffeln, 1 Eßl. Fett, 1 Eßl. geriebenen Käse oder Muskat, 1 Ei, 1 Eiweiß, Salz.

Die gekochten Pellkartoffeln durch den Wolf drehen, mit dem Ei, Fett und den Geschmackszutaten zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. Die Hälfte davon ausrollen, runde Plätzchen ausstechen, den Rand mit Eiweiß bestreichen, darauf einen Ring spritzen und auf ein Blech setzen, hellgelb überbacken. In die Mitte jedes Ringes wird fertig zubereitetes Gemüse oder Pilzfarce oder Fleischhaschee gefüllt.

Kartoffelpudding (salzig)

1 kg gekochte, geriebene Kartoffeln, 80 g Fett, 3 große Eier, Salz, 100 g geriebenen Käse.

Das Fett wird mit dem Eigelb schaumig gerührt, die geriebenen, kalten Kartoffeln und der geriebene Käse locker untergerührt. Zum Schluß zieht man den Schnee unter und schmeckt mit Salz ab. Dann gibt man die Masse in eine gut ausgefettete und ausgestreute Puddingform und läßt das Ganze ungefähr eine Stunde im Wasserbad gar werden. Gestürzt wird er mit Gemüse oder einer Tomaten-, auch Sardellensoße zu Tisch gegeben.

Wickelklöße

½ kg gekochte, geriebene Kartoffeln, 125 g Mehl, 1—2 Eier, Salz, Muskat oder geriebenen Käse, Fleischreste.

Alle Zutaten zu einem glatten Teig verarbeiten, talerdick ausrollen, längliche Streifen schneiden, mit in der Soße bündig gemachten Fleischresten füllen und aufrollen. Die Schnittflächen in Mehl oder Semmelmehl tauchen und auf der Pfanne goldgelb braten. Man kann die Wickelklöße auch auf dem Backblech im Ofen backen evtl. zuvor mit Eigelb bestreichen.

Salzige Kartoffelgerichte

Gefüllte Kartoffeln

Gleichmäßige runde Kartoffeln werden geschält, ein Deckel abgeschnitten und ausgehöhlt. Man füllt sie mit Hackfleisch, das mit Ei, eingeweichter Semmel, Salz, geriebener Zwiebel, einer Prise Pfeffer angemengt ist und bindet den Deckel darauf fest. In etwas Fett brät man die gefüllten Kartoffeln an, gibt eine geschnittene Tomate oder etwas Tomatenmark dazu, füllt mit Wasser auf und läßt das Ganze langsam gar schmoren. Die Soße schmeckt besser, wenn man kurz vor dem Herausnehmen der Kartoffeln etwas saure Milch anquirlt.

Leberkartoffeln

1½—2 kg Kartoffeln, 250 g Leber, etwas Fett, 1 Zwiebel, Majoran, Thymian, etwas Mehl, 1 kleine Tasse saure Milch, Salz.

Die feingehackte Zwiebel röstet man in etwas Fett an, gibt die in kleine Stücke geschnittene in Mehl gewälzte Leber und die Gewürze dazu und füllt mit Brühe aus Suppengemüse auf. Die geschälten, in Scheiben geschnittenen Kartoffeln werden dazu gegeben. Zum Schluß gießt man die saure Milch an und streut etwas Salz darüber. Das Gericht muß bei mäßigem Feuer in geschlossenem Topf langsam gar dämpfen (rd. ¾ - 1 Stde).

Eierkartoffeln

1 kg gekochte, geschnittene Kartoffeln, 4 hartgekochte Eier, Salz, ¾ kg Tomaten oder 4 Eßl. Tomatenmark, 2—3 Eßl. gehackte Petersilie, eine große Zwiebel, 30—40 g Fett, ¾—1 Liter saure Milch oder Joghurt.

Kartoffeln, Tomaten und die Eier in Scheiben schneiden, die gehackte Zwiebel in Fett dünsten, die Petersilie dazu geben. Alle Zutaten lagenweise in eine vorbereitete Auflaufform schichten. Die saure Milch mit Salz gut verquirlen und über die Kartoffeln gießen. Den Auflauf ca. ¾ Stunde im Ofen backen. Will man statt frischer Tomaten Tomatenmark verwenden, verquirlt man dieses mit der sauren Milch.



Seht, das ist aus Euch geworden!

Kartoffelkuchen mit Tomateneinlage

1 kg Kartoffeln gekocht und gerieben, 2—3 Eier, Salz, Milch, etwas Mehl, geriebenen Käse, Tomaten, 2 Zwiebeln, Fett zum Braten, Schnittlauch.

Aus den gekochten, geriebenen Kartoffeln, Milch, Mehl, Eiern, Salz backt man Eierkuchen, dünstet die in dicke Scheiben geschnittenen Tomaten in etwas Fett an, desgleichen die gehackten Zwiebeln und schichtet alles lagenweise auf eine Platte, zwischen jede Lage geriebenen Käse und obendrauf Schnittlauch streuen.

Labskaus

(Resteverwertung von Fleisch oder Fisch und Kartoffelbrei)

Die Fisch-, Bückling- oder Fleischreste werden durch den Wolf gedreht oder in kleine Würfel geschnitten. Die geriebene Zwiebel in Fett oder Speck anrösten, die Salzkartoffeln gar kochen und noch heiß durch die Kartoffelquetsche oder ein Sieb geben, wenn keine Kartoffelbreireste vorhanden sind. Dann werden alle Zutaten miteinander vermischt. Dazu gibt man Salzgurken oder Salat.

Grüne Kartoffeln

In etwas Fett röstet man eine kleine geschnittene Zwiebel und Mehl an, löscht mit etwas Wasser ab und füllt mit Milch auf. Die gekochten, in Scheiben geschnittenen Kartoffeln werden hinein getan. Mit Salz, gehackter Petersilie, Dill oder Majoran wird das Gericht abgeschmeckt.

Süße Kartoffelgerichte

Kartoffelauflauf süß

1 kg gekochte, geriebene Kartoffeln, 75 bis 100 g Fett, 65 g gehackte Nüsse, Zucker nach Geschmack, 3—4 Eier (getrennt), Salz, abgeriebene Schale einer Zitrone, geriebene Semmel.

Fett, Zucker und Eigelb schaumig rühren, die geriebenen Kartoffeln, gehackten Nüsse und Zitronenschale dazu geben und zum Schluß den Schnee unterziehen. Die Masse füllt man in eine ausgefettete Auflaufform, streut geriebene Semmel darauf und belegt sie mit Butterflöckchen. Bei Mittelhitze backt man den Auflauf ungefähr ¾ Stunde. Mit einer Saftsoße oder Kompott wird er zu Tisch gegeben.

Kartoffelnudeln mit Quarg

½ kg gekochte, geriebene Kartoffeln, ½ kg Quarg (durch ein Sieb streichen), Mehl nach Bedarf, 1—2 Eier, Salz, Zucker nach Geschmack, abgeriebene Zitronenschale. Fett zum Braten, geriebene Semmel zum Einwälzen.

Alle Zutaten zu einem glatten Teig verarbeiten, Nudeln daraus formen, in geriebener Semmel wälzen und auf der Pfanne von allen Seiten goldgelb braten. Mit Zucker und Zimt bestreut und einer Saftsoße oder Kompott reicht man die Kartoffelnudeln zu Tisch.

Pflaumenklöße

1 kg gekochte, geriebene Kartoffeln, 125 bis 250 g Mehl, abgeriebene Zitronenschale, 2—3 Eier, entsteinte Pflaumen, Zucker nach Geschmack, Salz, evtl. 1—2 Eßl. Fett.

Die Kartoffeln werden mit den anderen Zutaten zu einem glatten Teig verarbeitet. Man formt Klöße, in deren Mitte man eine entsteinte, mit Zucker gefüllte Pflaume gibt. In siedendem Salzwasser läßt man die Klöße langsam gar werden und bestreut sie mit Zucker und Zimt. Man kann eine Pflaumenmussoße dazu geben.

Kartoffelklöße mit Backobst

Aus denselben Zutaten wie bei Pflaumenklößen einen geschmeidigen Teig herstellen. In die Mitte von jedem Kloß einige in Fett geröstete Semmelbröckchen geben und in siedendem Salzwasser oder in fertig gekochtem Backobst gar machen.

Kartoffelsalate

Heringskartoffelsalat

750 g gekochte, gepellte Kartoffeln, 2 saure, 2 Senfgurken, 4 Äpfel (säuerlich), Fleischreste, 3 Heringe, 3/8 Liter Buttermilch, Zwiebeln, Essig, Senf, Zucker.

Alle Zutaten in kleine Würfel schneiden. Zuerst den Hering mit Äpfeln und Gurken vermischen, zum Schluß die Kartoffeln dazugeben. Eine Marinade aus Buttermilch, Essig, Senf, Zwiebeln, Zucker und Salz herstellen und über die anderen Zutaten geben. Den Salat gut durchziehen lassen.

Kartoffelgemüsesalat

½ kg gekochte und geschnittene Kartoffeln, ½ kg gekochte Gemüse (Möhren, Bohnen, Blumenkohl, Kohlrabi usw.). Marinade aus: Essig, Öl, eine Prise Zucker, gehackte Kräuter, Salz.

Alle Zutaten gut miteinander vermengen und mit der Marinade abschmecken, gut durchziehen lassen.

Torten, Kuchen und Gebäck aus Kartoffeln

Kartoffelquargtorte

250 g gekochte, geriebene Kartoffeln, 250 g trocknen Quarg, 1—2 Eier (getrennt), 150 g Zucker, 1 Päckchen Vanillezucker oder Saft und Schale einer Zitrone, etwas Backpulver, 1 Prise Salz.

Eigelb und Zucker schaumig rühren, nach und nach die Kartoffeln, den durch ein Sieb gestrichenen Quarg und die Geschmackszutaten dazugeben, zum Schluß den Schnee unterziehen. In einer Springrandform backt man die Torte ungefähr 1—1¼ Stunde.

Kartoffelstreußelkuchen

125g gekochte, geriebene Kartoffeln, 200 g Mehl, 125 g Zucker, 50g Fett, abgeriebene Zitronenschale, 45 g geriebene Nüsse, 1 Backpulver, eine Prise Salz.

Fett und Zucker schaumig rühren, die geriebenen Kartoffeln dazu geben, schaumig schlagen, dann nach und nach das mit Backpulver vermischte Mehl dazutun, zum Schluß kneten. Sowie der Teig anfängt zu krümeln, hört man auf zu kneten, füllt die Masse aus in eine sehr gut gefettete Springrandform, drückt die untere Schicht leicht an, läßt die obere krümelig und backt die Torte ½ Stunde. Erkaltet schneidet man den Streußelkuchen auf und füllt ihn mit Marmelade oder einem Vanillecrem und bestreut ihn mit Vanillezucker.



Kartoffeln salonfähig.

Gewickelter Kartoffelkuchen

375 g gekochte, geriebene Kartoffeln, 375 g Mehl, 1—1½ Backpulver, 2 Eier, 75 g Fett, 150 g Zucker, abgeriebene Zitronenschale, etwas Zitronensaft, eine Prise Salz. Marmelade oder Pflaumenmus.

Fett zu Sahne rühren, Eier, Zucker und Geschmackszutaten dazu geben, nach und nach Kartoffeln und das mit dem Backpulver vermischte Mehl daran rühren. Den Teig ausrollen und mit Marmelade oder Pflaumenmus bestreichen, aufrollen und in einer Kastenform backen (ungefähr 1 Stunde.)

Kartoffelstangen (salzig)

50 g gekochte, geriebene Kartoffeln, 50 g Fett, 50 g Mehl, Salz, etwas geriebener Käse, Eigelb zum Bestreichen.

Die Kartoffeln, Fett, Mehl und Salz schnell miteinander zu einem Mürbeteig verarbeiten, auf einem bemehlten Brett ausrollen, Streifen ausschneiden, 2 mal drehen, mit Eigelb bestreichen, geriebenem Käse bestreuen und hellgelb backen.

Ein Loblied der Kartoffel:

Schön rötlich die Kartoffeln sind,
Und weiß wie Alabaster!
Sie däu'n sich lieblich und geschwind,
Und sind für Mann und Weib und Kind
Ein rechtes Magenpflaster.

Matthias Claudius.

Deutsche Landwerbung G.m.b.H.
Berlin SW 11, Hafenplatz